

ఓం నమో భగవతే శ్రీరమణమూర్తయే

విచారసంగ్రహము

భగవాన్ శ్రీరమణమహర్షి కృతము



(నాల్గవకూర్పు)

ప్రకాశకులు

నిరంజనానందస్వామి

సర్వాధికారి

శ్రీరమణాశ్రమము

తిరువణ్ణామలై

సర్వస్వామ్యములును }
ప్రకాశకులవి

1949

ఉ పో ధ్వా త ము



స్మరణచేతనే ముక్తి నొసఁగునది యను సంపదమహిమా విశేషముచేఁ బరఁగు నరుణాచల మను నీ దివ్యక్షేత్రమందు సద్గురుమూర్తిగ నొప్పుచుండు భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షులు క్రీ. శ. 1901-2 లో తమ చరణారవిందముల శరణునొందిన గ్రాహ్మణోత్తముఁ డగు గంభీరం శేషయ్యగా రను భక్తాగ్రే సరునికి అక్కాలమున చకానమున నుండియు కరుణచే వ్రాత మూలమున ననుగ్రహించిన యుపదేశవాక్యములే ఈ చిన్న గ్రంథాకృతి.

ఇందు కర్మభక్తియోగజ్ఞానము లను నాల్గుమార్గముల సారము సంగ్రహముగను తేటగను జెప్పబడియుండుటయే గాక ఆత్మవిచారఫలరూపసాక్షాత్కారస్థితియే ఆ యా మార్గ ములకు ముగింపుగఁ జెప్పబడియుండుటచే, ఇది ముముక్షువు లగు సర్వాధికారులకు మిక్కిలి ఫల మొసఁగునదిగ నుండు టచే, పై యుపదేశములు ‘విచారసంగ్రహము’ అను గ్రంథ ముగఁ బరిణమించెను.





భగవాన్ శ్రీరమణ మహాస్వలు

శ్రీ రమణ పరమాత్మ నే నమః

విచార సంగ్రహము

విచార సంగ్రహము

శ్రీ రమణ పరమాత్మ నే నమః

విచార సంగ్రహము

—*—

1. ఆత్మవిచారము

(1) సర్వజీవులకు స్వభావముగ 'నేనుపోయితిని, వచ్చితిని, ఉంటిని, చేసితిని' అను నన్ని నిషయములందును 'నే' నను నొక బోధ తెలియనగుచున్నది గదా? అది యెట్టిదని విచారించిన, బోధ మొదలగు కార్యములు దేహమునకే సంబంధించిస్తినై యితరములు గానివగుటచే, దేహమే నే నని చెప్పనటులు శోచును. దేహము పుట్టుకకుముందు లేనిదగుటచేతను, పంచ భూతాత్మక మగుటచేతను, సుషుప్తియందు లేకపోవుటచేతను, నవమై పోవుటచేతను, అదియే 'నే' నను బోధ యని చెప్ప వచ్చునా? అట్లు చెప్పఁగూడదు. అట్లు దేహమును గుఱించి అహంతరముగ 'నే' నని లేచుబోధయే తద్బోధ యని, అహంకారమని, అవిద్య యని, మాయ యని, మల మని, పుండ్రు పలువిధములుగఁ జెప్పఁబడుచున్నది. దీనిని గుఱించి విచారింపకయుండఁదగునా? విచారించుటకుఁగదా సకలశాస్త్ర

ములును ఏర్పడి, ఆ తదోద్భవ (దేహాత్మబుద్ధి) నాశమే ముక్తి
యని ఘోషించుచున్నది. విచారించుటెట్లు? కట్టె మొదలుగు
వానిని బోలి జడమైన యీ శరీరమునకు 'నే'నని స్ఫురించుకొని
ప్రచరించుటకు వచ్చునా? రాదే. అందువలన, శనన్దైన
దేహమును శవమువలెనే యుంచి నాక్కుచేతను 'నే'నని చెప్పక,
యిప్పుడు 'నే'నని ప్రకాశించునది యెది యని సూక్ష్మముగ
విచారించుచో, అప్పుడు హృదయమునందు 'నేను—నేను' అని
శబ్దము లేక తనంతతానే యొకవిధమైన స్ఫురణమాత్రము
తోచును. దానిని విశుషక యారక యున్నచో, అది దేహమే
'నే' నను సహంకారరూప జీవబోధను బూర్తిగా నాశముచేసి,
కర్పూరమును బట్టిన నిష్పవలె తానును శాంతి జెందును.
ఇదియే మోక్షమని పెద్దలవల్లను శ్రుతులందును జెప్పబడు
చున్నది.

(2) ఆవరణము జీవుని ఏకాలమందును మఱుగు
పఱుచుటలేదు. ఎందుచేతనన, అజ్ఞానులును 'నే'నని చెప్పుటచేత.
ఐనను 'నేను ఆత్మను, అనుదానినిమాత్రము మఱుగుపఱిచి
"నేను దేహమును", అని తోచునట్లుచేయుచున్నది. అంతేగాని
'నేను' అను నాత్మను ఏమాత్రమును తోచకుండునట్లు
మఱుగుపఱుచుటలేదు.

(3) ఆశ్చర్య స్వయంప్రకాశస్వరూపము. దానిని ఇటు
లనియు అటులనియు భావింపవలదు. భావించుతలంపే బంధము.

అత్తయో చీకటివెలుగులు లేక లేజోమమ్మమై యుండుటచే,
దానిని ఈవిధమైన ప్రకాశ మనియు భావించవలదు. అట్టి
భావనయే బంధమై ముగియును. అత్తయో తానే తన్నయమై
ప్రకాశించుచున్నది. ఈ యాత్మానుసంధాన భక్తిరూప
ధ్యానముయొక్క పరిపాకమైన యవస్థయే 'సమాధి' యనఁబడి
నిరతిశయానంద మోక్షగతిని జేకూర్చును. మహత్త్వమును
స్వాత్మాను సంధానభక్తి యొక్కదానిచేతనే మోక్షము నొంద
వలయునని నుడిపిరి. 'నే'నను సంకల్పరూపతద్బోధమే మాయా
వృక్షముయొక్క వేరగుటచే, దానిని నాశముచేసిన, మాయయు
వేరు తెగిన వృక్షమునలె నశించును. భక్తియనియు, ధ్యాన
మనియు, జ్ఞానమనియు, అహంకారమును సంభముగ నశించఁ
జేయు నీ మార్గమునే చెప్పఁదగును.

(4) 'దేహము నేను' అనుటయందు పంచకోశరూప
మైన మూడుదేహములును ఇమిడియున్నవి. అది ఒక్కటి
తొలగింపఁబడిన, అన్నియు తమంత తామే తొలఁగును. దీనిని
ఒట్టియే మిగిలిన దేహములు జీవించియుండుటచే, వానిని
ప్రత్యేకించి తొలగింప నవసరములేదు. తలఁపుమాత్రమే బంధ
మని శ్రుతులు మొఱలిడుటచే, 'నే' నను తలఁపు రూపమైన
మనస్సును పరమేశ్వరుని [అత్మ] యందే నిలిపి, వానిని మహావక
ఊరకయుండుటయే శ్రేష్ఠమైనసాధన యని శ్రుతులయొక్క
చరమసిద్ధాంతము.

2. మనస్సు.

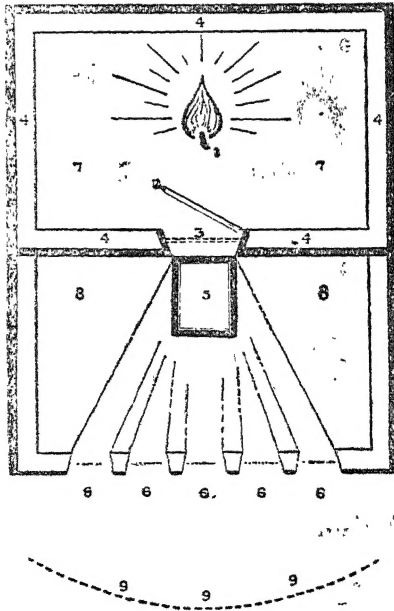
(1) మన హిందూశాస్త్రములు నుడువుకొరము మనము భుజించు నన్నముయొక్క సూక్ష్మభాగముచే గడ్డకట్టి, రాగద్వేష కామ కోరికలుదలచే వృద్ధిచెంది, మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము అను సంతకరణ సముదాయమై, మనస్సును బహువచన ఏకవచన నామము సహించునదై, తలచుట, నిశ్చయించుట మున్నగు ధర్మములతోఁ గూడినదై, జ్ఞానముచే వెలిసికొనఁదగిన దృశ్యమై, జడమై, జడమైనను జ్ఞానముయొక్క చేరికవలన తప్తాయుషిండును నలె చేతనమో అనునట్లుతోచునదై, పరిచ్ఛిన్నమై, అనిశ్శ్యమై, అవయవాకారమై, లక్క, బంగారము, మైనములనలె పరిణామముఁ జెందునదై, సర్వతత్త్వాత్మకమై, చక్షురాదీంద్రియములకు నేత్రాది స్థానములవలె హృదయకమలమును సానముగఁ గలదై, జీవునికి ఉపాధియై, తా నొకవస్తువును తలంచి వృత్తిరూపమై మెదడునందుండు తెలివిని గూడి పంచేంద్రియములవ్వారా ఆ యా విషయములను [తెలివితోఁ గూడియుండు] మెదడుచేతఁ జేర్చి యియ్యఁబడి, యావిషయములను 'నేఁదెలిసికొంటి'నని భావించి వాని ననుభవించి తృప్తిచెందునదగు నొక వస్తువుగలదు. ఒక పదార్థమును భుజింపఁదగునా అనిభావించుట మనోరూపసంకల్ప వృత్తి. అది మంచిది, చెడ్డది, భుజింపఁదగును, కూడదు అని నిర్ణయించుట బుద్ధిరూపనిశ్చయవృత్తి. ఈమనస్సే సర్వతత్త్వా

శ్రుకజీవేశ్వరజగద్రూపమై యుండుటచేత, ఇది యెప్పుడు జ్ఞానమునుగొని ఆత్మాకారమును జెందునో అప్పుడే సమస్తమును బ్రహ్మమగునట్టి కైవల్యమని చెప్పబడుచున్నది.

(2) విషయములనుదెలియ సహాయములుగ ఇంద్రియములు వెలుపల నుండుటచేత, అవి బాహ్యకరణములనబడును. మనస్సు లోపల నుండుటచే అంతఃకరణ మనబడును. [అంతః= లోన, బాహ్య = బయట, కరణము = తెలిసికొనుసాధనము]. దేహమునుబట్టియే లో వెలియని చెప్పబడుటయే గాని, నాస్తవముగ లో వెలియని నునవి లేవు. సర్వదృశ్యమును లోననే ఉన్నది గాని వెలుపల లేదని తెలుపుటకే సమస్తమును హృదయ కమలాకారముగ వేదములు వర్ణించి చెప్పట. అదియు ఆత్మకారముగ లేదు. కంసాలివాని మైనపుటుండయందు నానాలోహపుటణువులు అణగి ఆ యుండ మైనముమాత్రముగ ఎట్లు కనబడుచున్నదో, అదేవిధముగ సుషుప్తియందు సర్వజీవరాసులును ఒకే యంధకారమగు నవిద్యయందు అనగా సమస్తమాయయందు లయించి యేకమగుటచే ఎల్లెడల నొకే యంధకారమును జూచుచున్నారు. సుషుప్తియందు స్థూలసూక్ష్మదేహములు అంధకారమైన నూయయం దణగి ఆత్మయందు లయించియుండును. ఈ యంధకారమునుండి అహంకారము, అనగా సూక్ష్మదేహము, ఘట్టుచున్నది. అహంకార మనునది మనస్సు లేక హృదయము. అవిద్య యనునది కారణదేహము. ఈ మనస్సే ఆత్మాకారము గావలయును.

(3) మనస్సునునది యథార్థముగ జ్ఞానస్వరూపమే. ఏలన, అది నిర్మలమై యుండుటచేత. అప్పుడు దానికి మనస్సును పేరులేదు. ఒక దానిని వేటొకదానిగ తెలియు విపరీతజ్ఞానమే మనస్సుగును. అనఁగా జ్ఞానమాత్రముగ నుండు శుద్ధసత్త్వ మనునది తన జ్ఞానస్వరూపమును మఱచిన యవిద్యచే తానే తమో గుణవశమై జగద్రూపమై పరిణమించి, రజోగుణవశమై దాని యందు దేహాదులు తాననియు జగత్తు సత్త్వమనియు భ్రమించి, దీనిమూలమునఁ గలిగిన రాగద్వేషాదులచే పుణ్యపాపకర్మముల సంపాదించి, ఆవాసనచే జనన మరణముల నొందుచున్నది.

(4)



[దృష్టాంతము]

[దాహంతికము]

- | | |
|---------------|------------------------------|
| 1. దీపము | ఆత్మ |
| 2. కవాటము | నిదుర |
| 3. ద్వారబంధము | మహత్త్వము |
| 4. లోగోడ | అవిద్య [కారణదేహము] |
| 5. అద్దము | అహంకారము |
| 6. కిటికీలు | జ్ఞానేంద్రియపంచకము |
| 7. లోగృహము | కారణదేహము వెలుగు సుషుప్తి |
| 8. మధ్యగృహము | సూక్ష్మదేహము వెలుగు స్వప్నము |
| 9. ముంగిలి | స్థూలదేహము వెలుగు జాగృత్ |

పైఁజూపించిన దృష్టాంతముచే ఆత్మయొక్క యచట మైన యునికియు, అహంకారమునకును ఆత్మకును గల భేదమును, మన మవస్థాత్రియమును బొందుటయు చక్కగఁ దెలియనగును. ఆత్మ (1) దీపము, సుషుప్తియందు అవిద్య (4) లోపలిగోడయు, నిద్ర (2) తలుపును, గల కారణదేహ మను (7) లోగదియందు తానేఁకాశింప, కాలకర్మావిప్రీణముచే నిద్ర (2) తలుపును తెఱుచ, మహత్త్వమును (3) ద్వారబంధమునకు దాపున నున్న యహంకార మను (5) దర్పణము ఆత్మప్రతిబింబప్రకాశముతో, స్వప్నమును (8) మధ్యగదిని, పంచేంద్రియము లను (6) కిటికీలద్వారా జాగృత్ అను (9)

ముంగిలిని ప్రకాశింపజేసి, కాలసర్పాది వాయువుచే నిధాని కవాటమును మూయగా జాగ్రత్తస్వప్నముతోడ 'నే' ననునది వీడి, తాను (ఆత్మ) మాత్రము ఎల్లప్పుడును ప్రకాశించును.

(5) జాగ్రత్తస్వప్న సుషుప్తులందు నేత్రము కంఠము హృదయ మను స్థానముల నాశ్రయించి భోగముల ననుభవించి నను, జీవులకు ముఖ్యస్థానము హృదయ మగుటచే దీనిని విడిచి యెప్పుడును ఉండుటలేదు. మనస్సునకు స్థానము కంఠము. బుద్ధికి స్థానము ముఖము, లేక హృదయము, అహంకారమునకు స్థానము హృదయము లేక సర్వాంగమనియు పలువిధములగ చెప్పఁబడియున్నను, వీని సమష్టియైన యొకే మనస్సైన యంతఃకరణమునకు హృదయమే స్థానమని సిద్ధాంతముగ శ్రుతి చెప్పుచున్నది. శాస్త్రములు అనేకవిధములఁ జెప్పుచున్నవి. వానినన్నిటిని పరిశీలించియే క్లుప్తముగ యథార్థ మగు మార్గ మును ఈ విధముగ పెద్దలు చెప్పియున్నారు. 'నే' నను సహంకారమునకు ముఖ్యస్థానము హృదయమే అనుట అనుభవవేద్యము.

3. జ గ త్వు

(1) సృష్టి : శుద్ధాబద్ధ మగు లోకమును అబద్ధమే చేసి, యేకమైన బ్రహ్మమును దెలుపుటయే వేదములయొక్క ముఖ్యోద్దేశ్యము. దీనిని తెలుపుటకొరకు మాత్రమే ప్రపంచ సృష్టి అంగీకరింపఁబడినది. అందులోను మందాధికారులకు

(2)

బ్రహ్మమునందు ప్రకృతి, మహాత్మ్యము, తన్మాత్రలు, పంచ
భూతములు, లోకము, దేహము అనునవి క్రమముగాఁ గల్గిన
పని క్రమసృష్టిని చెప్పుచున్నవి. తీవ్రాధికారులకు ఆత్మస్వరూ
పమేయగు తననుదాను దెలియని దోషముచేఁ గల్గిన తన
తలలపులచేతనే, తన స్వప్నమువలె ఈవపంచ ముద్భవించిన
దని యుగవత్సృష్టి (ఏకకాలసృష్టి)ని జెప్పుచున్నవి. ఎవ్విధముచే
నైనను జగత్తత్వమని సాధించి సద్వస్తువును దెలుపుటయే
వేదముల తాత్పర్యము.

1. దృగ్దృశ్యవివేకము.

దృశ్యము (జడము)	దృక్కు (చూచునది)
దేహ ఘటాదులు	నేత్రము
నేత్రము	నేత్రేంద్రియము
నేత్రేంద్రియము	మనస్సు
మనస్సు	జీవుఁడు
జీవుఁడు	జ్ఞానము (ఆత్మ)

(3) ఇప్పగిది జ్ఞానస్వరూపుల మగు మనమే సమస్త
పదార్థములను దెలిసికొనుటచే మనమే దృక్కు. ఇతరములగు
ఘటాంతముగాఁగల విషయము లన్నియు మనచేఁ దెలిసికొనఁ
బడుటచే దృశ్యములు. ఇట్లుండు దృగ్దృశ్యములందును ఒకటి
మఱియొకదానికి దృక్కై యుండియు, అది వేరొకదానికి

దృశ్యమైయుండుటవలన, అవి యేవియు యథార్థముగా దృక్కు
గాజాలవు. మనము ఏయొకదానిచేతను దెలిసికొనబడకుండు
టచే దృశ్యము గాకున్నను, వాని నన్నిటిని దెలిసికొనుటచే
దృక్కే యయ్యును, అదియును దృశ్యమునుబట్టియే వచ్చిన
డగుటవలనను, యథార్థముగ దృశ్యము మన కన్యముగ లేనందు
వల్లను, దృక్కునుగాము. కాబట్టి మనకు వాస్తవమున
కెండును లేవు. మన మొక్కరమే దృద్ధృశ్యములు సశ్యముగా
కుండునది. మిగిలినవన్నియు లోబడినవే.

4. జీవుడు.

నే ననునది లేక మనస్సు లేదు. మనస్సును అహంకార
మును ఒకటే. మిగిలిన బుద్ధియును చిత్తమును ఇదే. మనస్సు,
బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము ఇవి యన్నియు ఒకేమనస్సే.
ఒకనకే ఆయా పనులయందు ఆయానామములు వచ్చుటను నలె.
ఈ మనస్సే యగు సహంకారముగాక జీవుడు వేరే లేడు.
అహంకారము పుట్టుకతోడనే, యెట్టికాక్రూరిన యినుపగుండు
వలె, ఆత్మస్వభావముతోడ అధ్యాసముగఁ గనబడుచున్నది.
ఇనుపగుండుచందగు అగ్ని యున్నదనుటలో తాత్పర్య మేమి?
అభేదమై యున్నదని యర్థము. ఎట్టికాక్రూరిన యినుపగుండును
బోలి ఆత్మతోడి తాదాత్మ్యముగఁ గూడికొనియున్న
యహంకారరూపుడే జీవుఁ డగుటవలన, అదేవిధమున చిత్త
కాశముతోఁ గూడియున్న మన స్సుగు సహంకారరూపజీవుడు

గాక జీవసాక్షిగ పైఁజెప్పబడిన యాత్మ లేదు. ఆ యాత్మయే ముందు చెప్పబడిన యినుపగుండునందలి యగ్నివలె ఎట్టి స్పర్శమును లేక (వికారమును జెందక) హృదయమునందు ప్రకాశించుటయేగాక, ఆకాశమును బోలి జ్ఞానమాత్రమై యేకమై ప్రకాశించెడు పరబ్రహ్మముగను ప్రకాశించుచున్నది. ఇనుపగుండు — అహంకారము, అగ్నితోఁ గూడిన యినుపగుండు — జీవుడు. అగ్నిమాత్రము — సాక్షియైనయాత్మ. ఏకమైయున్న యగ్నిజ్వాల — సర్వత్ర యుండెడి సర్వసాక్షియైన బ్రహ్మము.

5. ప ర త త్వ ము.

హృదయ మనియు మన స్సనియుఁ జెప్పబడునది లోపలను వెలుపలను దోచునట్టి తత్త్వములయొక్క చేరికయే. తత్త్వము లనఁగా వస్తువులు. (తత్త్వము అను పదమునకు వివేచనము : (1) వస్తువు లేక పదార్థము (2) సరబ్రహ్మము (3) సత్యము లేక యథార్థము (4) తత్ - అది, త్వమ్ - నీవు, తత్త్వము - అది నీవు. ఇట్లు అనేకార్థములు గలవు). అట్లగుటచే వెలుపలఁ గాననగు దేహముప్రపంచము మొదలగునవి మనోరూపములే. అనఁగా హృదయకమలమే సకలరూపాత్మకమై ప్రకాశించుచున్నది. ఇట్లు సర్వాత్మక(సర్వరూపమగు) హృదయకమలమధ్యమందు, అనఁగా మానసాకాశమందు 'నే'నని యాత్మజ్యోతి ప్రకాశించు చున్నది. ఇట్లు ప్రతిదేహమునందును ప్రకాశించుటచేత దీనిని సాక్షియనియు తురీయమనియు న్యవహరించుచున్నారు

ఈ 'నే' నను జ్యోతియం దంతర్గతమై సమస్త దేహములందును ఏకమై నే ననునది లేక ప్రకాశించు పరబ్రహ్మమైన యాత్మా కాశమే (జ్ఞానాకాశమే) యథార్థవస్తువు. ఇదియే తురీయా తీతము. దీపముయొక్క యంతర్భాగమునగుగల యా ఖాలీస్థలమునందుండు భూతాకాశము ఆ దీపజ్వాలలోను వెలుప లను నిండి యెల్ల లేక ప్రకాశించునట్లే, జ్ఞానాకాశమను సన్నతవు తురీయ జ్యోతిలోను వెలుపలను ఎల్ల లేక ప్రకాశించునట్లుగ నే భావింపవచ్చును. ఈ జ్వాలతో అభేదమై యెల్లెడలను ఎల్ల లేక ప్రకాశించునదే స్వరూపము. జ్వాలను గమనింపవలదు. 'నే' ననునది లేనిచోటే వస్తువని తెలిసిన జాలును. పరబ్రహ్మ స్వరూపము ఆత్మస్వరూపముగ తమ హృదయమందు నిసించి యున్న దనుటకు సర్వజనులును 'నేను నే' నని రొమ్మును దాకి చూపుటయే ప్రబలసాక్ష్యము. ఎల్లజీవరాసులయొక్క హృదయమునందు ప్రకాశించుటచేత పరబ్రహ్మమునకు హృదయ మను పేరుగలదు. 'అహ మహ' మని హృదయ మందు దన్నయమై ప్రకాశించు దైవమును విడిచి అన్యముగ నున్నదని వెదకుట, అజితనున్న యత్యపూర్వమగు కౌస్తుభ రత్నమును దూరముగఁ బారవైచి యల్పమైన గాజుపూసను వెదకుటతో సమాన మని వసిష్ఠులుచెప్పిరి. మనలను సృష్టించి రక్షించి సంహరించు నొకటేయగు సాత్మయను దైవమును గణా పతి, బ్రహ్మ, విష్ణువు, రుద్రుడు, మహేశ్వరుడు, సదాశివుడు

మొదలగు నానారూపములుగా భావనచే సృజించి సంహరించుట మహాపాప మని వేదాంతవేత్తలు నుడివెదరు.

6. బ్రహ్మ విద్య

బ్రహ్మపుర మను దేహమైన పట్టణమందు హృదయ కమలాసన మందు వసించు జీవుఁడు అను శివలింగమును దెలిసికొన, దేహాదులు నేనని బహిర్ముఖమై సంచరించు నహంకారరూప మనస్సును హృదయమునందు లయింపజేసి, దేహాదులయందు అహంబుద్ధినివదలి, దేహమునందుఁ గల 'నేను' ఎవరను విచారణతోడ ఉన్నట్లే యుండి నిశ్చలమై విచారించు సమయమున 'అహ మహ' మను స్ఫురణ సూక్ష్మముగఁ దోచును. ఆ 'నే' నను (అహమను) నాత్మస్వరూపమే సమస్తమై కానిది యైనై బాహ్యంతరభేదము లేక యెల్లెడలను ప్రకాశించు పరమాత్మ స్వరూపమను సీశ్చలభావముతో నుండుట యవసరము. ఇదియే 'సోఽహం' భావన యనఁబడును. ఇదియే తురీయ మనఁబడును. ఈ విధమగుస్ఫురణ యడంగిన సూక్ష్మమగు స్థలమే తురీయాతీతమనియు, ముందు చెప్పఁబోవు యోగాష్టాంగమందు తెలిపిన జ్వాల లేక జ్యోతి యంతర్గతమై ప్రకాశించు సర్వ పరిపూర్ణ పరమాత్మయనియు, హృదయాకాశము దహరాకాశము అనియు, మానసాకాశము లేక సిద్ధాకాశమునే స్థానముగఁ జేసికొని యంతటను బ్రకాశించు జ్ఞానాకాశము లేక చిదాకాశమనియు, చిదంబరబ్రహ్మ మనియు శివ మనియు ఆత్మయనియు

జ్ఞానమనియు పలువిధములుగఁ జెప్పఁబడు దైవమైన పరదేవతా
వస్తువు. ఒకవిధములము పైఁజెప్పఁబడిన యాత్మానుసంధానరూప
సోఽహంభావనచే [ను=వాడు. పరమాత్మ: అహం=నే నని
ప్రకాశించు ఆత్మ-అను భావననే] నిరంతరముగను నిశ్చలము
గను ధ్యానముచేయుచు వచ్చిన, హృదయమునందుఁగల యజ్ఞ
నాంధకారమును అజ్ఞానజనితము లగు స్వప్రతిబంధకములును
తొలగి పరిపూర్ణజ్ఞానము లభ్యమగును. ఈ విధమున దేహాదు
మగు పట్టణమునందు హృదయగుహయందుండు వస్తువును
దెలిసికొనుటయే సర్వపరిపూర్ణమైన వస్తువును దెలిసికొనుట.
ఏలన, దేహము లేక హృదయమే నమస్తమై యుండుటచేత
'నవద్వారసహితమగు పురమున జ్ఞాని సుఖముగ నివసించును'
అను గీతా వాక్యమున, 'దేహమే దేవాలయము. జీవుఁడే
శివుఁడు, వానిని సోఽహంభావనచే బూజింప ముక్తికలుగును'
'పంచకోశాత్మకమైన దేహమే గుహ, అందు వసించు పరమే
శ్వరుఁడే గుహేశుఁ డనఁబడును' ఇత్యాది శ్రుతివాక్యములును
ప్రమాణములు. ఇట్లు బ్రహ్మమును దెలియు మార్గమే దహరో
పాసన లేక దహరవిద్యయనియు, బ్రహ్మవిద్యయనియుఁ జెప్పఁ
బడుచున్నది. ఊహించి తెలిసికొనవలయునేగాని, యంతకన్న
వేతేమి చెప్పఁదగును?

7 దై వ పూ జ

'బ్రహ్మహ' మనెడి భావనను విడువక యుండవలె
ననునదియే నిర్గుణపూజయొక్క తాత్పర్యము. 'అహంబ్రహ్మస్మి'

యను ధ్యానమే యజ్ఞదానతపోవ్రతజపయోగపూజ లన్నియు
 అగుటచే, తాను జేయు నిష్ఠకు ప్రతిబంధకముగ ఏరూపములు
 తోచినను మనస్సు నా దారిని బోనియ్యక, ఆత్మస్వరూపమైన
 తనయందే నిలిపి తనయెదుట ఏమేమి జరుగునో నడచునది
 నడవనీ చూతు నని సాక్షివలె చూచుచుండుట యలవాటు
 పడుటచే, అప్రతిబంధకము తొలగిగుటకు ఉపాయము, వేఱు
 లేదు. తన్ను పూత్రము విడువనే కూడదు. ఇట్లు హృదయము
 నందుఁ గల యహంస్వరూపమందు మనస్సును నిలుపుటయే
 యోగము, ధ్యానము, జ్ఞానము, భక్తి, మంత్రిము, జపము
 మొదలైన సమస్తమును. అహంస్వరూపమైన యాత్మాకారము
 గనే దైవము ఉండుటచే వానియందు మనస్సును నిరంతరము
 లయింపఁ జేయునదే సమస్తోపచారములు అని చెప్పఁబడి
 యున్నది. మనస్సొక్కటి అడంగిన సర్వమును దనచేతికి వశపడిన
 దగును. మనస్సే కుండలిని: వేటేయొక సర్పముని సూలదృష్టికై
 (సూలబుద్ధి గలవారికొఱకు) చెప్పఁబడినది, పట్చక్రదర్శనము
 మొదలగున వన్నియు మనఃకల్పనయే. ఆరంభయోగులకొఱకే
 ఇవి. అంతఃపూజ తెలియకపోవుటచే, మనలనే విగ్రహములం
 దావాహనచేసి పూజించుకొనుచున్నాము. కనుక అంతటిని
 దెలిసికొను జ్ఞానమగు మనలను తెలిసికొనిన సర్వమును దెలిసి
 కొనినట్లే. నానాభావసలతోఁ గూడుకొనియుండు మనము
 దైవమగు నాత్మను భావించుచు వచ్చిన, ఆ యేకభావనచే
 అనేక భావనలు తొలగిపోయి, ఆ యేకభావనయు నశింపఁ

దెలిసికొనుటయే వస్తువును (దైవమును) దెలిసికొనుట. ఎప్పుడును సర్వపరిపూర్ణమైన స్వాత్మభావనను (స్వస్వరూపస్వరణను) మఱవకుండుటయే పూర్ణమగు యోగము, జ్ఞానము, తత్కుంగల తపస్సులును. తనస్థితి వదలి బహిర్ముఖమై వ్యవహారములందు మగన్సు పోవేశించినను, 'ఓహో! దేహాదులు మనము కామే; మనమెవరము?' అను విచారముచే దానిని మరల తనస్థితియందు నిలుపవలెను. నే నెవ రు విచారణ సర్వావర్థనివృత్తికిని, ఆనంద ప్రాప్తికిని మూలము (ముఖ్యమగు హేతువు). ఎన్నినూరులు త్రిప్పి త్రిప్పి చెప్పినను విషయముమాత్ర మింతయే.

8 ము క్తి

(1) మనో రూపుడగు జీవుడు తాను కేవలము ఆత్మ స్వరూపముగనే యుండుటను మఱచినచున్నపువలననే జీవుడను నామము తోడ మనోరూపుడై బంధమునందు తగులుకొని యుండుటచే, ఎల్లప్పుడును తానుగనే యుండు నాత్మను వెదకుట గొల్లవాడు మేకను తనభుజముల మీదనే వేసికొని, మేక యెక్కడ నున్నదని వెదకుటగానున్నది. ఐనను, తన్ను మఱచిన జీవుడు తానే యాత్మ యని యొక్కతడవ తెలిసికొని తత్స్వరూపమై పోవు మోక్షమును, అనగా ఆత్మసాక్షాత్కారమును, పూర్వజన్మాంతరవాసనా ప్రతిబంధకముచే పొందజాలక, మాటిమాటికిని దా నాత్మయై యుండుట మఱచి దేహాదులు తానని భ్రమించు చున్నాడు. ఈ బహుకాలవాసన 'దేహ

దులు నేను గాను. ఆత్మయే నేను' అని బహుకాల మనుష్టింపఁ
బడు ననుసంధానము చేతనే తొలఁగును. కనుక దేహాదులు
నే నని భ్రమించు మనుషునెడి యహంకారరూప జీవుఁడు 'సర్వ
దేహాత్మకమై తానుగా నుండు నాత్మదేవతయే నే' నని బహు
కాలము తన్నుఁ దాను పూజించుకొని, వాసనలే రూపముగఁ
దాల్చిన మనస్సును జయించి, ఆత్మసాక్షాత్కారమగు బ్రహ్మ
కైవల్యమును పొందవలెను. మనోనాశముజేయు నాత్మను
సంధానము శవమును గాల్చు కట్టెవలె, తానును శమించును.
ఇదియే ముక్తి. ఆత్మ, జ్ఞానము, బోధ, బ్రహ్మము, శివము
మొదలుగఁ జెప్పబడునవి యేకనస్తువే. ఒకఁ డొక పెద్ద
యుద్యోగస్థునిఁ జూచుటచేతనే తాను ఉద్యోగస్థుఁ డగునా?
దానికిఁ దగు ప్రయత్నము చేసి ఆ స్థానమును బొందినప్పు
డగును. అట్లే మనోమయమై బంధింపఁబడి యుండు జీవుఁడు
ఆత్మయే తా నని యొకమారు తెలిసికొనుటచేతనే ఆత్మయగు
దైవమగునా? అది మనస్సును నాశముచేయక సంభవింపదు
గదా? దరిదు్రిండు రాజును జూచుటచేతనే నేను రాజనిన
వాడట్లగునా? అట్లే 'ఆత్మను నేను' అనఁగా 'శివోఽహ' మని
చిరకాలము నిరంతరముగ అనుసాధించి మనో బంధమును
జయించినఁగాని మనోఽపశమనరూపమైన పరమశీతలశివము
పొంద సాధ్యముగాదు. "జీవుఁడే శివుఁడు, శివుఁడే జీవుఁడు,
జీవుఁడు కేవలము శివుఁడే. పొట్టుచే గప్పబడియుండు నంత

పక్షకు ధాన్యము, వదలిన బియ్యము అగును. అట్లే కర్మపాశముచే గట్టావడి యుండునంతవఱకు జీవుడై యుండును. అజ్ఞానపాశము తొలగిన ఎల్లప్పుడు శివుడైన దైవమై ప్రకాశించును” అని శ్రుతియు ఘోషించుచున్నది. “హృదయమునందు అజ్ఞానరూప మగు మనస్సైన ‘నే’ నను సంకల్పము సశించునఱకు మనస్సును హృదయమునందు నిరోధింపవలెను. ఇదే ధ్యానము. ఇతర మంతయు వాగ్విస్తరము, శాస్త్రవిస్తరమే” యని శ్రుతి యందు చెప్పినరీతి ఈశ్వరునియందు మనస్సును నిలిపి వానిని పొందుటయే కడపటి సిద్ధాంతము.

(2) బ్రాహ్మణుడే వేషము వేసికొని నటించినను వాని మనస్సునందు ‘నేను బ్రాహ్మణుడ’ నను భావ మెట్లొ, అట్లే యే వ్యవహారమునం దుండినను దేహదులు నే నని తోచక ‘నే నాత్మ’ ననెడి దృఢత్వ మేర్పడవలెను. ఇట్లు మనస్సునది తననెలవున అణగ అణగ, సుఖ మావిర్భవించుచు. అటుతర్వాత మనస్సుకు సుఖదుఃఖము లంటవు, అంతయు స్వప్నమువలె అనురక్తి లేకయే తోచును. మనమున ‘ఇది మంచిదా? అది మంచిదా? ఇది చేయదగునా? అది చేయదగునా?’ ఈ మొదలగు సూహల కవకాశ మియ్యక, ఊహ కలుగుటకు నుండే తనయం దా యూహ నణచివేయ వలయును. కొంచె మవకాశ మిచ్చిన, తనకు హితునివలె నగుపడుచు చెడుగుఁ జేయు హితశత్రువువలె అది తలక్రిందుగఁ

దోసివేయును. స్వస్థితియం దుండు మనస్సు నే ననియు, నాకు చాలవ్యవహారము లున్న ననియు, సంకల్పించునా? ఇట్టి సంకల్పములే గదా బంధము. అందువలన ఈ విధమగు తలంపులు వాసనలచేఁ గలిగినను, మనస్సును ఆ తలంపుల మార్గమునఁ బోనియ్యక స్వస్థితియం దుంచు ప్రయత్నముతో పాటు వ్యవహారములయందు ఉదాసీనభావముతోను ఉండ వలయును. తన్ను మఱచుటచేతఁ గదా యీవిధమగు తలంపులు గలిగి మీఁదు మీఁదు అనర్థమును జేకూర్చుచున్నవి. “నే నేదియుఁ జేయుట లేదు, అంతయు త్రికరణముల చేష్టలే” అని వివేకముచే నిర్ణయించుట వాసనారూపమగుతలంపుల మార్గమున పరుంగిడు మనస్సును స్వస్థితియందు నిలుపుటకు ఉపాయమే యైనను, తలంపుల మార్గమునఁ బోయినఁగదా మీఁద చెప్పిన వివేకముచే దానిని విరోధించుట? ఆత్మదేవత యగు తనయందు నిలుపఁబడినదియు దానిని వదలక వ్యవహార ములందు ఉదాసీనభావముతో ఉండునట్టిదియు అగు మనస్సు ‘దేహదులు నే’ ననియు, వ్యవహారములందు ప్రవర్తించుచున్నా’ ననియు, తరువాత వివేకముచే ‘నే నేనియుఁజేయుట లేదు, ఇ వన్నియు త్రికరణచేష్టలే’ అనియు ఈ మొదలగు తలంపులను సంకల్పింపనగునా? ఏవిధముచేనయినను మెల్ల మెల్లగ తనను (దేవుని) మఱవ కుండుటకు ప్రయత్నింపవలెను. ఇది చేసాఁతిన, అంతయు సిద్ధించును. మఱేవిషయమునందును

మనస్సును బోసేయవలదు. పిచ్చివానివలె కర్మముచే గలుగు వ్యవహారముల జేయుచున్నను, నేను జేయుచున్నానను తలంపును రాసీయక స్వస్థితియందే యుండవలెను. ఉదాసీనభావముతో, ఇట్టి భక్తిని విడనాడక, ఎందఱో దాసులు ఎన్నియో వ్యవహారములను జేసి యుండలేదా?

(3) మనస్సునకు సత్వగుణమే స్వభావ మగుటచే ఆకాశమువలె స్వచ్ఛముగ నుండునట్లే మానసాకాశము. ఇది రజోగుణచలనముతోను, తమోగుణముచే ప్రపంచరూప పరిణామముతోను కలిసి ఘనీభవించి స్థూలమై యుండుటచేత వస్తుదర్శనము లభించుట లేదు. స్థూలమగు గడ్డసారచే నన్నని పట్టువస్త్రమును కట్టరానియట్లును, గాలిచే అతి చంచల మగు దీపముగొని అతినూత్నముగను వస్తువుల లక్షణముల నిర్ణయము సాధ్యము గానట్లును, స్థూలమై సంచలనముంబొంది రిజస్తమోగుణ వశమైన మనస్సుచే వస్తువుయొక్క యనుభవము సాధ్యముగాదు. ఏలన, వస్తువు అతినూత్నమును నిశ్చలమును అగుటచేత, అనేకజన్మములయందు చేయుచువచ్చిన నిష్కామ కర్మములచే మలము (పాపము) వీడిన మనస్సు సద్గుణమూలమున శ్రేవణాదికార్యముల నొనరించి, చిరకాలము బ్రహ్మధ్యానమైన నిదిధ్యానమును జేయఁగా, మనస్సుయొక్క తమోగుణరూపమైన ప్రపంచరూపపరిమాణమును తొలగియు, రజోగుణరూపమైన దాని చలనమును దొలగియు, అట్లు

తొలగిన తోడనే మనస్సు సూక్ష్మమును సిత్యమును అగును. ధ్యానముచే సూక్ష్మమైన మనస్సునందు స్వరూపానందము ఆవిర్భవించును. నిరంతర ధ్యానముచే రజస్తమో గుణములు తొలగఁగా, ఆ సూక్ష్మమనస్సు స్వరూపానందావిర్భావమును జక్కగాఁ దెలిసికొనును. ఈ సూక్ష్మమనస్సుతో స్వరూపానుభవము గలిగిన వాడే జీవన్ముక్తుఁడు. యోగులు ఈ మానసా కాశమూలముననే ననుస్తమును దెలుసుకొనుచున్నారు. ఇదియే నిర్గుణబ్రహ్మ మని రామగీతయందు చెప్పఁబడియున్నది. ఈ అనుభవమునకు అతీతమై మనోవాక్కులకు అగోచరమై యుండునదే నిర్గుణాతీతబ్రహ్మము. ఆ యఖండాకారస్థితిని బొందినవాడే విదేహముక్తుఁడు. అనఁగా ఈ సూక్ష్మమనస్సు గూడ లయించి, స్వరూపానుభవమును లేక ఆనందసాగరమున మునిగి యొకటియు తోచక తన్మయమై యుండువాడే విదేహముక్తుఁడు. దీనికి మించినస్థితి యేదియు లేదు. ఇదియే ముగింపు.

(4) అహంబ్రహ్మ మను నాత్మాకారవృత్తి సహజము కాఁగా కాఁగా మనశ్చలనమును లోకంపుతలంపులును మెల్ల మెల్లగ తొలగును. అప్పు డాటంకము లేకుండుటచే తాను బ్రహ్మమై యుండుట స్పష్టముగ అనుభవ మగును. మనస్సులేక అనుభవము లేకుండుటచే అతిసూక్ష్మవృత్తిగల మనస్సుచే తన్మయమై అనుభవించునగును. విదేహముక్తియందు అనుభవ

మును లేదు. అది పను స్తమును అతిక్రమించిన స్థితి, అతీతావస్థ దేహము తాను కాను, బ్రహ్మవృధాపమగు నాత్మయే తానని దృఢసిద్ధ్యము గలిగినవాడే జీవన్ముక్తుడైనను మనోలయము లేని వారికి ప్రార్థనముచే దోచు దృశ్యవిషయములందు ఏక దేశముగ ముఖము గుండయు గలుగును. మనశ్చలము తొలగకుండుటచే అనందానుభవముండదు. బహుకాలధ్యానముచే సూక్ష్మమును నిశ్చలమును ఐన మనస్సునకే జీవన్ముక్తి యొక్క యానందానుభవము కలుగును.

9 యోగాష్టాంగము

(1) పూర్వాధ్యాయమునందు చెప్పినరీతిని ధ్యానరూప భక్తి సిద్ధించుటకొకటే యమనియమాదిఅంగములును సాధనముగ నిర్ణయింపబడి యున్నవి. ఇవి యోగాష్టాంగజ్ఞానాష్టాంగ భేదములచే రెండు విధములు. ప్రాణబంధనముచేయుట యోగమును, మనోనిగ్రహముచేయుట జ్ఞానము నగును. వారివారి వాసనల ననుసరించి ఆయా పరిపాకము గలవారికి రెంటిలో నొకటి సులభముగ నుండును. 'యోగములో' ప్రాణబంధముచే మనస్సును, జ్ఞానములో మనోనిగ్రహముచే ప్రాణమును బంధింపబడుచున్నవి. రెండును ఒకటేయగును. మనోనిగ్రహమే రెండింటియొక్క తాత్పర్యము.

(2) యమము, నియమము, ఆసనము, ప్రాణాయామము, ప్రత్యేహారము, ధారణ, ధ్యానము, సమాధి యను

నీ యెనిమిది యోగాంగములు. వీనిలో ప్రాణాయామము రేచక పూరకకుంభకములు మూడింటికి అన్వయము. రేచకము ప్రాణ వాయువును విసర్జించుట, పూరకము ప్రాణవాయువును లోనికిఁ గొనుట, కుంభకము ప్రాణనాయువును లోన స్తంభింపఁజేయుట. సర్వశాస్త్రములందును రేచకపూరకమాత్రము సమముగను కుంభకము రెండింతలుగను చేయవలయునని చెప్పుచుండ, రాజ యోగశాస్త్రమునందు పూరకమునకు నాల్గురెట్లు కుంభకమును, రేచకము రెండురెట్లుగను జెప్పఁబడియున్నది. మొదట చెప్పిన దానికన్న ఈ రెండవదే (రాజయోగనియమమే) యుత్తమమైనది. పైని జెప్పినట్లు ప్రాణాయామము తనచేత అగునంత పరిమితిగ, మృశువుగను కృమముగను అభ్యసించుచువచ్చిన, శరీరమునందు ఒకవిధమైన తేలిక గలిగి, చలనములేక ఆనంద ముగనుండుటకు కోరికయు క్రమముగ మనస్సునకుఁ గలుగును. తదుపరి ప్రత్యాహారమును మొదలిడవలెను; అనఁగా బాహ్య నామరూపములయందు మనస్సును బోనియ్యక ఏకమార్గాను సారిని జేయుట. ఇంతదనుక పరుగిడి పరిశ్రమించిన మనస్సు ఒకస్థానమందు నిలుచుట అరుదగుటచే (1) ప్రణవాది మంత్రోచ్ఛారణము (మానసికముగ) (2) భూమధ్యమున జూపునిలఁ బెట్టుట (3) శాసికాగ్రదృష్టి (4) చెవులయందు జనించు నాదమును పార్శ్వములను మార్చి మృదువుగ అనుసంధించుట— అనఁగా ఎడమ చెవియందుఁ గలిగిన శబ్దమును కుడిచెవిచేతను,

కుడిచెవియందు కలుగు శబ్దమును ఎడమచేతను వినుట. మొదలగు అభ్యాసములు మనస్సు ఏకాగ్రమై యొకస్థాన సందే యుండుటకు యోగ్యమగును. సుఖవాత ధారణ ననుసరింపవలెను. మనస్సును ధ్యానయోగ్యమైన యొకస్థానమునం నిలుపుట ధారణ. హృదయమును బ్రహ్మరంభమును శ్రేష్ఠమైన ధ్యానయోగ్యస్థానములు. ఈ లెండుస్థానములందుగల యష్టద పద్మములమధ్య (బ్రహ్మరంభమునందుండునది సహస్రద పద్మమైనను, 12వ చిన్నదశములు గల యష్టదశపద్మమే అగును. తన యుపాసనాదేవతనైనను లేక యాదేవతాస్వరూపమే దీః జ్వాలవలె ప్రకాశించుచున్నట్లైనను భావించి మనస్సును దానియందు స్థిరముగ నిలుబెట్టుటే ధారణ. ఈ విధముగ నిలుపబెట్టిన పిదప, తన యుపాసనాదేవత లేక తాను లే ననియో, లేక ఆ తేజోరూపమే తనయాత్మ : నియో, అనగా సోఽహంభావనతో ధ్యానించుట ధ్యాన మగును. “ఎచ్చటను గల బ్రహ్మస్వరూపమే హృదయమునందు బుద్ధికి సాక్షియై అహ మని ప్రకాశించుచుండు” నను శ్రుతి ననుసరించి ‘అట్లుండు నే నెవరు?’ అని విచారించిన, హృదయకమఃమునందు ఆత్మ దేవత యగునది (అహ మహ మని) నేను నే నని తానుగనే ప్రకాశించుచుండును (అనగా, స్ఫురించుచుండును). ఈ యనుసంధానమునందుండుటయు ధ్యానమే అగును. ఈ ధ్యానము పైనఁ జెప్పిన ధ్యానముకంటె శ్రేష్ఠము. తనశక్తికొలది చేయవచ్చును. ఈ విధముగఁ దాను జేయు ధ్యానముయొక్క

పరిపాకముచే, తా నెవరనునదియు. తాను ఇది చేయుచున్నా ననియు దెలిసికొన కుండ దానియందే మనస్సు లయించిన, లేక ఆ అహ మనుస్సుచే యణగిన, అతిసూక్ష్మమైన స్థితియే సమాధి. దీనియందు నిద్రమాత్రము రాకుండఁ గాపాడుచు వచ్చిన, శ్రేష్ఠమగు శ్రేయస్సునిచ్చును. దీనిని ప్రతిదినమును క్రమముగ తనచేతనే గునంత పరిమితిగ అనుసంధించుచు వచ్చిన, మనోవిశ్రాంతిరూపమైన శ్రేష్ఠగతిని శీఘ్రముగ ఈశ్వరుఁ డనుగ్రహించును. అష్టాంగముయొక్క విభాగములును వాని వివరములును శాస్త్రములందు విస్తారముగఁ జెప్పఁబడియుండుటచే, అవశ్యచుగునంతవఱకు నిటస్లప్తముగఁ జెప్పఁబడినవి. స్పష్టముగను విస్తారముగను దెలిసికొనఁగోరువారు యోగశాస్త్రానుష్ఠానానుభవము గల పెద్దల నడిగి తెలిసికొనఁదగును.

(2) ప్రణవము :— ప్రణవము అకారము ఉకారము మకారము అర్థమాత్రీయను మూడున్నర మాత్రీలు గూడిన 'ఓం' కారము. దీనియందు అకారము జాగ్రదవస్థ యనియు విశ్వజీవుఁడనియు స్థూలదేహమనియు సృష్టి యనియు, ఉకారము స్వప్నావస్థ యనియు తైజసజీవుఁడనియు సూక్ష్మదేహ మనియు స్థితీయనియు, మకారము సుషుప్తియనియు ప్రాజ్ఞజీవుఁ డనియు కారణదేహ మనియు సంహారమనియు, అర్థమాత్రీ తురీయ మనియు ఆత్మస్వరూప మనియు అహంస్వరూప మనియు దీని కతీత మగు స్థితీయే తురీయాతీతమైన శుద్ధానంద స్వరూప

మనియుఁ జెప్పఁబడును. ముందు ధ్యానమును గుఱించి చెప్పిన యీ నాల్గవదియైన 'అహం' స్వరూపమే మిగత అకారఉకార మకారము లను మూఁడు మాత్రలు ఇమిడియున్న యమాత్ర స్వరూప మనియు, మానమంత్ర మనియు, అజప యనియు, జపించక జపించుటనియు, పంచాక్షరాదినర్వమంత్రముల సార మైన యద్వైతమంత్ర మనియు చెప్పఁబడును. ప్రాణనము యొక్క యిట్టి యథార్థానుభవము సిద్ధించుటకే ముందుగ ప్రత్యాహరణమునందు మనోమాత్రముగ జపించుట చెప్పఁబడి యున్నది.

(4) ధ్యానమునందు “కైలాసము వైకుంఠము పరమ పదము మొదలుగఁ జెప్పఁబడిన యష్టదశములు గల సర్వాశ్మక మైన హృదయకమలము మధ్యమున అంగుష్ఠమాత్రప్రచూణమై మెఱపువలె కాంతి గలదై దీపజ్వాలవలె ప్రకాశించు నా వస్తువును ధ్యానించి అమృతత్వమును పురుషుఁడు పొందును.” అను శ్రుతివచనము ననుసరించి ధ్యానింపుమని చెప్పటయందు, తాను వేఱు అది వేఱు అను భేదబుద్ధియు, భిన్నధ్యానమును, చస్తువు నందు పరిచ్ఛిన్న బుద్ధియు, ఏకదేశబుద్ధియు ఉండునట్లు తోచుటచే, వానిని దొలగింప, ఆ జ్వాలాకారమే అహ మని స్ఫురించుచుండు ‘నే’ నను నాత్మస్వరూప మగుటచే అన్యముగ భావింపక తన్మయముగ భావింపవలయు ననియుఁ జెప్పఁబడుటచే, పై వాక్యములందు సంశయ మనవసరము. అన్ని విధములగు

ధ్యానములందును కడపట చెప్పిన యాత్మధ్యానమే శ్రేష్ఠము. అది సిద్ధించినచో, ఇతరము లనవసరము. ఏలన ఇతరధ్యానములును ఇం దంతర్భూత మగుటచేత. ఇది సిద్ధించుటకై ఇతర విధధ్యానములును జెప్పఁజేసినవి. మనఃసరిపాకమునకు తగిన ధ్యానము ననుష్ఠింపవచ్చును. ధ్యానమార్గములు భిన్నములుగఁ దోచినను ముగింపునం దొక్కటిగనే ముగియును. దానిని గుఱించి సందేహింప నక్కరలేదు. “తనను దెలియుటయే దేవుని దెలియుట యగును. ధ్యానించు తనస్వరూపముఁ దెలిసికొనక, యితరముగ దైవ మున్నదని తలచి ధ్యానించుట తననీడను పాదముచే కొలుచుటకు సమానము. కొలువఁ గొలువ దూరమై పోవుచుండుట వలె” అనియే శ్రుతులు చెప్పుటచేతను, ఆత్మయే సర్వదేవాత్మక వస్తువగుటచేతను, తా నగు నాత్మధ్యానమే శ్రేష్ఠము.

10 జ్ఞానాష్టాంగము

జ్ఞానాష్టాంగమునందు యమనియమాదులనుగుఱించి యిచ్చట క్లుప్తముగ వ్రాయఁబడును.

యమము: దేహాది ప్రాపంచవిషయములయందుఁ గల దోషముల దెలిసికొని యింద్రియసమూహముల నణఁచుట.

నియమము: సజాతీయవృత్తి ప్రవాహము, విజాతీయవృత్తి తిరస్కారము అనఁగా పరమాత్మయందు విడనాడని ప్రేమ.

ఆననము: దేరియందు ఎడనాటు లేని బ్రహ్మచింతనము సుఖముగ కలుగునో అదియే ఆననము.

ప్రాణాయామము: శ్వాసము: దేహాదిప్రపంచములమొక్కనామ రూపములు అను రెండంశములను విడుచుట.

పూరకము: ఆనామరూపములందు అనుస్మృత్యమైన సత్తుచిత్తు ఆనందము అను మూడంశములను గ్రహించుట.

కుంభకము: అట్లు గ్రహించిన మూడంశములను లోన నిలుపుకొనుట.

ప్రత్యాహారము: ముందు వదలిన నామరూపములు మనస్సును కలత నొందనీక కాపాడుట.

ధారణ: పూరించిన సచ్చిదానందాంశమే తానైన యాత్మ స్వరూపమని మనస్సును వెలుపల పోనీయక హృదయము నందు నిలుపుట.

ధ్యానము: ముందు చెప్పినట్లు నామరూపమైన పంచకోశయుత శవ దేహము నేను కాదని అట్లే యుంచి నే నెవరని విచారింప, తానుగ 'నేను నే' నని స్ఫురించుచుండు సత్త్వియహంస్వరూపమై యెడతెగక యుండుట.

సమాధి: పైయహంస్ఫురణయు అణగిన సాక్షాత్కారస్థితియే.

(1) ఇతైఃకగు ప్రాణాయామాదులకు ఆననాదినీయమములు అవసరము లేదు. ఎచ్చట నున్నను ఎల్లప్పుడును జేయఁ

దగును. ఎన్నిధముగనైనను మనస్సును హృదయమునందు ఆత్మ స్వరూపము ప్రకాశించుచుండు దైవముకడ నిలిపి, వానిని మఱివక యుండులే ముఖ్యతాత్పర్యము. ఏలక, మఱచే సర్వాసంగములకు మూలమనియు, అదే ముముక్షువునకు కాలుఁ డనియు పెద్దలు చెప్పుటచేత. పూర్వోక్తప్రాణామామ మనావశ్యకమా యని యడిగిన, అది ఆవశ్యకమే. ఏలక, మొదటిది అభ్యస కాలమందును, రెండవది ఎప్పుడును కేయు టకు సహాయముగా నుండుటచేత. మఱపు లేకుండుట, ప్రాణాగ్రామము, ఈ రెండింటి తాత్పర్యము మనస్సును హృదయమునందు నిలబెట్టుటయే. తనుక ఎంతవఱకు మనస్సు కేవల కుంభకమ చే లేక విచారణచే హృదయమునం దణగ లేదో అంతవఱకే శేచకపూరికాదు లావశ్యకము; అయినట్లు అనావశ్యకము. కేవల కుంభక మనునది శేచకపూరికములు లేకయే ప్రాణమును హృదయమునం దణచుగల స్థితి. యోగము, జ్ఞానము. ఈ రెంటిలో తనకు ప్రియముగ తోచు దానినిగాని, లేక రెంటినిగాని, సమయోచితముగ ఆచరింప వచ్చును.

(2) మనోనాశమే మోక్ష మగుటచే సర్వశాస్త్రముల యొక్క తాత్పర్యమును మనస్సు నణచుటయే. యోగము జ్ఞానము—ఈ రెండును మనోనాశమునకు ముఖ్యసాధనములు. యోగ మనునది ప్రాణబంధనము. జ్ఞాన మన సమస్తమును వస్తుమయముగఁ జూచుట; అనగా : 'ఏకమే వాద్విత్తీయం బ్రహ్మహం' అను భావము. వారివారి కర్మాచారము రెండిం

టిలో నొకటి సుఖముగఁ దోచును. మూర్ఖపుఁబశువునకు గడ్డిని జూపి బుజ్జగించి వశపఱుచుకొనినట్లు జ్ఞానమును, అట్టి పశువును కొట్టి కట్టినట్లు యోగమును అని తెలిసినవారు చెప్పెదరు. ఉత్తమాధికారులు వేదాంతవిచారముచే వస్తువిశ్వమును దెలిసికొని తనను సర్వమును వస్తుమయముగఁ జేసి చూచుట చేతను, కొందఱు మధ్యమాధికారులు కేవల కుంభకముతో మనస్సును హృదయమునందు నిలిపి బహుకాలము వస్తుధ్యానమును జేయుటచేతను, కొందఱు మందాధికారులు ప్రాణాయామాదులచే క్రమముగ ప్రైశ్చెప్పిన స్థితిని బొందుటచేతను, మనస్సు నణచి గతిని జేరుచున్నారు. ఈ భావము ననుసరించియే మనస్సు నణచు యోగమును జ్ఞానాష్టాంగ మనియు యోగాష్టాంగ మనియు రెండుగ విభజించిరి. ప్రాణాయామము కేవల కుంభకము సిద్ధించునఱకు అభ్యసించినఁ జాలును. అట్లుగాక, రేచకపూరకములు లేక కేవల కుంభకమునే మెల్లగ ఆత్మవిచారముతో నభ్యసించి మనస్సును హృదయమునందు నిలిపి నిరంతర ధ్యానరూపభక్తిచే సమాధి సాక్షాత్కారములను బొందఁదగును. సహజమైనచో వ్యవహారకాలము వదలి మిగత కాలములం దనుష్ఠింపవచ్చును. స్థలము వెదక నక్కఱలేదు. ఏది సుకరముగఁ దోచునో దాని ననుష్ఠింప వచ్చును. మనస్సు క్రమముగ నణగిన మిగత యంశములు ఉన్నను పోయినను లెక్కలేదు. గీతయందు శ్రీకృష్ణభగవానుఁడు యోగులకంటె భక్తుఁడు శ్రేష్ఠుడనియు వివేకచూడామణిలో ఆచార్యులవారు మోక్షకారణ సామగ్రియందు స్వస్వరూపాత్మానుసంధానరూప భక్తియే శ్రేష్ఠ మనియు చెప్పియుండుటచే, ఎల్లయినను నిరంత

రము మనస్సును ఈశ్వరునియందే నిలిపివేయు ధీరత్వము పొందజేయు మిగత విషయములను గుఱించి యేల భయపడవలయును?

11 సన్న్యాసము

నే నను సంకల్పము త్యజించుటే సన్న్యాస మగునుగాని బాహ్యవిషయములు వదలుటగాదు. ఇట్టిసన్న్యాసము గలవాఁడు ఏకాకిగ నున్నను, అపారసంసారమునం దున్నను, వానికి రెండును ఒక్కటిగనే తోచును. “అన్యవిషయములందు మనస్సును బోనిచ్చినప్పుడు ప్రక్కనుండునది తెలియరానట్లు, జ్ఞాని యెన్నివ్యవహారములు చేసినను, ‘నేను’ అనునది కలుగకుండ తనయందు మన స్సుండుటచే ఒకటియుఁ జేయనివాఁడే అగును. తాను కదలక పండుకొనియుండియు, కలలో తలక్రిందుగపడునట్లు కననగురీతిని అజ్ఞాని (‘నే’ ననునది తొలఁగనివాఁడు) ఏకాకియై సదా నిష్ఠయం దున్నను సర్వవ్యవహారములను జేసినవాఁడే అగు”నని వాసిష్ఠవచనము.

12 సమాప్తము

సాత్త్వికాహారమును గొని దృఢప్రయత్నముతో సర్వాసర్థములకుఁ హేతువైన ‘నే’నను మనోవ్యాపారమును దొలఁగించుట మనము చేయఁదగిన కార్యము. ‘నేను’ అనునదిలేక తలంపును, తలంపు లేక భ్రమయును గలుగునా? అందుచేత ఆత్మధ్యానమును ఎల్లప్పుడును జేసి నీవు మేలైన ముక్తిసుఖమును బొందుము. ఇదియే యీశ్వరయొక్క హృదయము.

(8-వ పుట 9-వ పంక్తికి అనుబంధము.)

సుషుప్తి, మూర్ఛాని కాలములం దెట్టి జ్ఞానమును (అనగా తన్ను గుఱించిన జ్ఞానమును, అన్యము గుఱించిన జ్ఞానమును) అల్పమైనను లేదను టండఱికి ననుభవముగదా; మఱియు నిదురనుండి లేచితి, మైకచు నుండి తెలివొందితి నని యనుభవము ముందు చెప్పిన నిర్విశేషమగు స్థితియందుండి పుట్టిన యొక విశేషజ్ఞానమాయొక్క తోచుటేకదా. ఆ విశేష జ్ఞానమే విజ్ఞాన మనబడుచున్నది. ఈ విజ్ఞాన మాత్మన గాని యనాత్మనుగాని ఆశ్రయించియే యుండును. ఇది ప్రత్యేకముగ ప్రకాశింపదు. ఇది యాత్మ నాశ్రయించినపుడు సత్వజ్ఞాన మనియు, నాత్మాకారమనోవృత్తిజ్ఞాన మనియు, సఖిండాకార జ్ఞానమనియును; అనాత్మ నాశ్రయించినపుడు అజ్ఞాన మనయుఁ జెప్పబడుచున్నది. ఈ విజ్ఞాన మాత్మ నాశ్రయించి ఆత్మాకారముగ వెలుగునట్టి స్థితియే అహంస్ఫురణమని చెప్పబడుచున్నది. ఇట్టి స్ఫురణ వస్తువును వదలి ప్రత్యేకముగ నుండదు. ఇట్టి స్ఫురణయే వస్తువు నపరోక్షముగఁ జేయఁదగిన గుణుత్తు. అయినను ఇదియే వస్తుస్థితి కాఁజాలదు. ఈ స్ఫురణ దేని నాశ్రయించి వెలుగుచున్నదో ఆ మూలమే వస్తువు లేక విజ్ఞాన మనబడును. వేదాంతము “ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ” అని చెప్పబడి యందు నిమిత్తమే.

మన స్వయంజ్యోతి రశేష సాక్షి విజ్ఞానకోశే విలస త్యజనం॥

అక్షయవిధ్వంస మన ద్విలక్షణం అఖండ వృత్తాంత స్మృతయానుభావము॥

అని శ్రుతివాక్యమును ఒట్టియు తెలిసికొన వచ్చును.

ఓం తత్ సత్!